

# 成爲陪伴你的知音—— 成大職業生涯教練計畫Podcast節目 Coach成知音

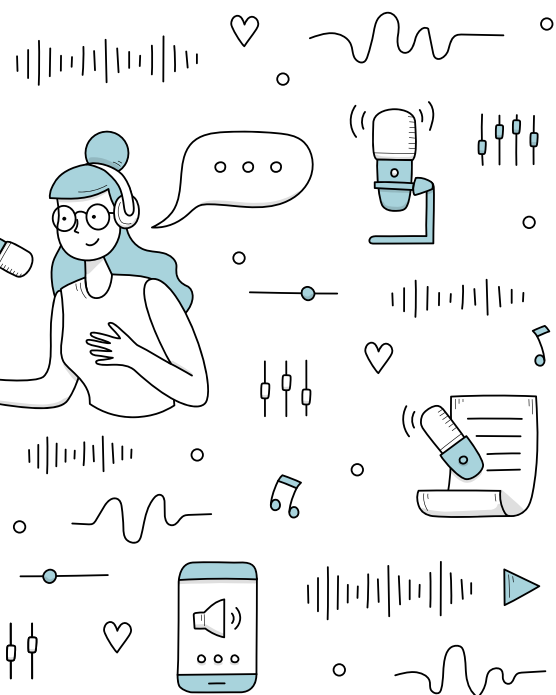


生涯發展與就業輔導組\蔡秉欣 考古所\張玉書

求學時期，同學們對於未來職涯、生涯發展有著不同的想像與迷茫，尤其在即將進入職場的時刻，除了充滿期待也帶有些許的不安。在徬徨的當下，若有位如同知音一樣的職場前輩從中引導方向、分享職涯生涯歷程，相信可以降低同學們對未來的不確定性，步伐更加踏實。

## 計畫另闢 Podcast 的契機：疫後新樣態 線上聽知音

成大職業生涯教練計畫自2011年開辦至今已邁入第十五屆，每年邀請企業安排主管擔任職涯教練，採小組運作方式，提供同學各類職涯輔導活動和課程；分享個人經歷、產業現況、提供就業諮詢和職涯進路思考；此外，計畫也鼓勵學員們在計畫中跨小組學習及小組團隊合作，期望建立教練、小組學員及同儕之間的良好關係。而企業也藉由參與計畫和同學互動，樹立優質形象，深耕校園。計畫的活動內涵包括六大類，包含職涯歷程分享、培養就業力、產業脈動、企業選才育才、就業指導、企業參訪…等。其中教練的職涯歷程分享，最常促使同學們思考個人職涯與生涯發展。



而教練的職涯歷程分享，常散見於不同課堂上以及與小組互動之中，較未有機會以專門之課程活動讓其他學員或者是一般同學知悉。也正因疫情下所帶來的各式學習新樣態，恰好為計畫Podcast節目的成立開啟一個契機，讓計畫的企業教練的有機會在線上與一般閱聽眾接觸。職涯教練計畫由成大學務處生涯發展組主辦，每屆都會邀請結業學員擔任學生執行團隊，協助推動計畫各項事務。而學生執行團隊在計畫期間辦理多場次的現場活動如說明會、招募學員、培訓活動及籌備開、閉幕式典禮…等，課程期間也輔導企業小組，擔任主辦單位及教練、小組的溝通橋樑；此外，學生執行團隊也分立組別協助經營計畫官方粉絲專頁FB、IG等社群媒體，以多元的方式和教練、學員們分享計畫資訊。成大職涯教練計畫Podcast節目，便係在2022年疫情期間由時任12th學生團隊成員-資管所校友好瑄，向主辦單位提出製作之構想，期望透過線上的分享，突破場域限制將教練們的智慧閱歷帶給更多同學啟發，擴散計畫的學習效果。





### 起步難：一人走的快 一群人走得遠

而團隊成員的提議和立意，主辦單位亦表示相當贊同，便由執行團隊成員中徵詢夥伴組成在FB、IG以外的第三個社群媒體經營Podcast小組，籌備成大職涯教練計畫Podcast節目。

常言萬事起頭難，雖已有成立Podcast節目之共識；但如何起步，又是一項課題，Podcast節目籌備的學生團隊起初皆無製作之經驗；因此，便規劃組成自己的讀書會及學習進度，而主辦單位也同步向學校爭取資源添購設備，提供團隊成員必要的器材和商借空間，讓學生團隊成員邊以自學的方式邊輔以器材不斷進行測試、錄製及平台上架等；而在訪綱的撰寫和題目的方向上也與主辦單位保持討論，在近半年的籌備和練習後，終有了基礎的錄製和訪綱撰寫能力，再來便是Podcast節目命名與教練邀訪。

節目命名的重要性不亞於籌備之過程，一個合適的命名除了充分傳遞節目製作的核心理念，也提高品牌辨識度，讓閱聽眾記憶並聯想到相關活動。集思廣益下，計畫承辦人蔡先生提出成大職涯教練計畫Podcast節目命名《Coach成知音》，「Coach」一詞是教練且同時具有輔導和培育的意涵，期望透過教練們的傾聽和引導，協助同學聚焦問題解決及發掘未來的可能性；即在計畫中，教練傾聽同學們的想法、分享自身應對問題的方式和邏輯、引導同學思考職涯及生涯方向，鼓勵同學多面向的去嘗試各種不同可能性，甚至在計畫結束後仍與同學、小組保持聯繫，作為職涯生涯陪伴者，最終成為同學們、計畫校友們的知音。



### 翻開覆蓋的生涯卡：邀訪教練分享，勾勒未來的職涯輪廓

而《Coach成知音》節目邀訪教練主軸的命題為「翻開覆蓋的生涯卡」，每位教練的產業知能、職涯歷程如同一張張等待同學翻閱的牌卡，非常值得同學們逐一翻閱、汲取經驗，也從翻開牌卡前的未知到翻開牌卡後的驚喜，從中細細品味教練的人生故事與哲學，激發自我職涯路上的思考與想像。

相較於職涯教練計畫現場的輔導活動或課程時間多介於2~3小時，《Coach成知音》Podcast每集約20-30分鐘，由學生團隊邀訪企業教練，以軟性的故事或議題出發，由教練分享職涯及生涯歷程、產業職業樣態、生活處事哲學..等不同內容，和計畫現場的活動做出區隔，以更精簡扼要的方式讓未能到場參與課程的計畫學員或一般同學能從線上汲取教練的所

知見聞，一步步勾勒出自身職涯輪廓。

《Coach成知音》節目於每屆計畫中邀訪六位教練、針對不同的受訪教練的屬性和想分享主題，學生團隊蒐集後再與主辦單位討論設計不同的訪綱，如:生涯的抉擇與考量、職場小眉角與環境適應、工作挫折調適、產業趨勢、人際互動、工作生活平衡、就業創業、經營哲學、久任職務後是否應轉換跑道…等，議題由近而遠，內容由淺入深。目前已邀訪錄製的業界主管超過十八位以上，產業背景也相當多元，包含了金融、食品、科技、媒體、製造、餐飲、房仲、會計等多項領域，而來自不同領域的教練主題分享，帶給同學們產業面的訊息外，也富含職場上待人接物的道理。

### 平易近人的小知音：同儕學員、讀書心得分享及青年校友特輯

《Coach成知音》雖以邀訪教練為主軸，但節目也多次進行不同嘗試，期待能發掘更多的故事，在計畫的實體活動中，直接參與的計畫學員約280人，經過計畫的洗禮後，有什麼樣的體驗或又有哪些成長及回饋和大家分享？關於學員們的故事，節目又開設了專屬學員的「知音柑仔店-學員分享特輯」。

Podcast籌備小組邀訪曾參與過計畫的學員，分享參加計畫後的心得與感想，以及從教練身上獲得的啟發，一方面鼓勵同學們報名參加計畫和教練、同儕互動，另一方面也讓同學們參考如何善用計畫資源向企業或教練請益，開闊自己的視野和想法。對於有興趣參與計畫的同學來說，這些曾有參與經驗的學員們就是小知音，不僅彼此生活經驗更加貼合，如同柑仔店一般平易近人，也能從他們的分享中有所收穫，因此取名「知音柑仔店」。

不僅結業學員的分享，節目也鼓勵當屆正參與計畫的學員在活動期間投稿分計畫相關之內容或想分享的主題，同時辦理培訓工作坊讓對於Podcast有興趣的同學們有初步的製作概念。

此外，《Coach成知音》不定期穿插錄製「好書閱讀-循著書香的方向」主題和「校友學長姐分享」主題。「循著書香的方向」主題係在訪談教練的回饋中推薦同學們閱讀的書單，由2~3位學生團隊組成讀書會，在節目中和大家聊聊自己閱讀推薦書籍的想法，分享成員們所看見的書中世界。「青年校友-學長姐分享」主題則嘗試邀請曾參與計畫同時也是畢業的校友學長姐，在進入業界服務一段時間後再回看計畫，從學生時期參與計畫受到教練的啟發與進入職場後的感受轉變，聊聊他們對計畫的看法和價值。尤其職涯教練計畫已邁入第十五屆，相信未來會有更多參與計畫的學員校友，在不同生涯歷練之後，回到校園裡繼續傳承教練們的分享精神。



### 展望未來：成為陪伴每一位同學職涯生涯旅途上的知音

《Coach成知音》節目於第十二屆職涯教練計畫中成立，迄今邁入第四個年頭，節目雖已陸續邀請多位教練、學員進行訪談，但還是一個相當年輕的節目；未來將持續努力經營，邀訪不同教練、學員及校友分享歷程與故事；同時，我們也將在節目中開設回饋表單，持續蒐集同學們提出的職涯大小事，邀請教練一同在邀訪節目中回覆，促進互動並為同學解惑。期望透過節目將關懷同學職涯、生涯發展的溫度散發出去，讓職涯教練計畫成為成大人共有的陪伴及回憶。就如同《Coach成知音》Podcast Intro Outro:執子之手，大手牽小手，期待每一集的《Coach成知音》訪談，都能分享個人知能、生活閱歷，也傾聽同學們提出的問題，成為陪伴著每位同學的知音。

成大職涯教練計畫歷屆podcast籌備學生團隊

12th:孫妤瑄、周宜棻、周詩婷、賴珮琄、方文廷

13th:方文廷、林禹華、許聖慧、廖芳妤、洪昱琦

14th:張玉書、陳姿宇、陳俞萍、陳荏暄

